

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

4

ARRÓS INTEGRAL AMB VERDURETES
(3) OUS REMENATS AMB PERNIL
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

5

PATATA I VERDURA
(7)SALSITXES AMB FESOLS
SALTEJATS
IOGURT

6

CIGRONS AMB VERDURES
ESTOFAT DE GALL D'INDI AMB
PATATES AL FORN
FRUITA DEL TEMPS

7

(7-1-3) PASTA A LA CARBONARA
(4) PEIX FRESC AL FORN
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

8

CREMA DE LLEGUM
(3) TRUITA DE VERDURETES
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

11

(1-7) PASTA INTEGRAL ALS 4
FORMATGES
HAMBURGUESA DE LLEGUMS AMB
SALSA DE TOMÀQUET
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

12

CREMA DE VERDURES
(3) OUS REMENATS
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

13

PATATA I VERDURA
LLOM AL FORN AMB SALSA DE POMA
FRUITA DEL TEMPS

14

(7) RISSOTO DE BOLETS
(4) PEIX FRESC AMB VERDURETES
(7) IOGURT

15

(4)CIGRONS ESTOFATS AMB
VERDURES
ALETES DE POLLASTRE
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

18

LLENTIES ESTOFADA
(3) TRUITA DE PATATA
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

19

PATATA I VERDURA
HAMBURGUESA DE CARN
AMANIDA
IOGURT

20

(3)ARRÓS TRES DELÍCIES
(4)BACALLÀ AMB SAMFAINA
FRUITA DEL TEMPS

21

MONGETA ESTOFADES AMB
VERDURETES
COSTELLES AL FORN
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

22

(1)PASTA INTEGRAL AL GUST
DEL XEF
POLLASTRE AL FORN AMB CURRY
FRUITA DEL TEMPS

25

(7) VICHYSSEOISE
(3) TRUITA DE VERDURES
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

26

(1)PASTA INTEGRAL A LA
BOLONYESA VEGETAL
(1-3-7) CROQUETES DE
POLLASTRES CASOLANES
AMANIDA
FRUITA DEL TEMPS

27

PATATA I VERDURA
POLLASTRE AL FORN AMB SALSA DEL
XEF
FRUITA DEL TEMPS

28

ARRÓS AMB TOMÀQUET
(4) PEIX FRESC AL FORN
AMANIDA
IOGURT

29

MENÚ GENTRE D'INTERÈS

*LLISTAT D'AL·LÈRGENS VERIFICAT.



La nostra
Dietista/Nutricionista:
IRENE ROSA MARTIN
Co·legiada n° CAT-0485

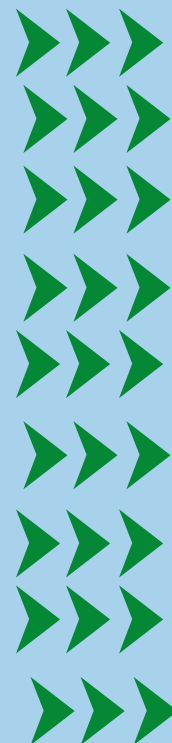


PROPOSTES PER SOPAR

Prepara el sopar amb aliments que no s'hagin consumit en el dinar elaborats de manera lleugera i simple

SI HAN MENJAT

Verdures i hortalisses
Patata o moniato
Pasta, arròs, pa o altres cereals
Llegums
Carn blanca o vermella
Peix blanc o blau
Ous
Fruita fresca
Làctics



PODEN SOPAR

Verdures i hortalisses crues o cuinades
Pasta, arròs, pa o altres cereals
Patata o moniato
Peix, ous o carn
Peix, ous o llegums
Carn blanca, ous o llegums
Carn blanca, peix o llegums
Fruita fresca o làctic
Fruita fresca

EL VALOR DELS NOSTRES MENUS



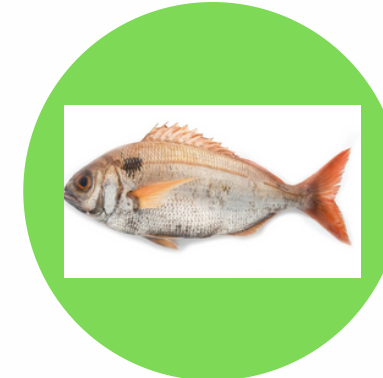
Menús basats en les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya

ELS NOSTRES PRODUCTES



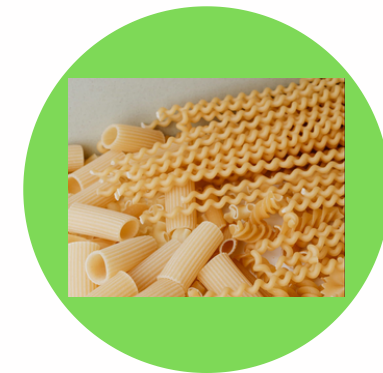
HORTALISSES I FRUITES

Són KM0, fresques i de proximitat



PEIX FRESC

Peix fresc i variat



PRODUCTES ECOLÒGICS E INTEGRALS

Pasta, arròs, pa i llegums



CARNS I AUS

De proximitat i fresques



IOGURT

Servim iogurt de cooperativa que promou la integració de col·lectius vulnerables, sense sucre i a granel



AL·LÈRGIES - INTOLERÀNCIES



Els menús mensuals s'adapten a les al·lèrgies, intoleràncies i necessitats personals de cada infant i/o família d'acord amb la taula següent:

HALAL	Tota la carn és Halal Certificada i el porc es substitueix per pollastre o vedella
SENSE CARN	Tota la carn (blanca i vermella) es substitueix per proteïna d'origen vegetal (Tofu, Seitan, Soja texturitzada...)
SENSE GLUTEN	Tots els productes emprats són lliures de GLUTEN
SENSE OU	Les truites, remenats i altres preparacions amb ou, s'elaboren amb Farina de Cigrans
SENSE PLV	Tots els productes emprats així com la llet i formatges són lliures de PLV, els iogurts són de Soja i la carn de vedella es substitueix per pollastre o porc
VEGÀ	Les truites i remenats s'elaboren amb Farina de Cigrans. Formatges i iogurts vegans i llet vegetal. La proteïna d'origen animal es substitueix per proteïna d'origen vegetal (Tofu, Seitan, Soja texturitzada...)
SENSE PEIX	Tot el peix i productes del mar es substitueix per carn blanca o vermella

